



**GUÍA
MARAL**

 las.guias.maral

 @guiaresidencias

Tel.: 656 98 64 44

www.guiaserviciosparamayores.es

ENTREVISTA A MANUEL MARTÍNEZ – GERENTE DE “PIEDRAS BLANCAS CENTRO DE ATENCIÓN RESIDENCIAL”

1. ¿Viejo, Tercera Edad, anciano?

A mí me gusta más hablar de mayores o como mucho de abuelos que es más entrañable

2. ¿Por qué para algunas personas resulta triste hablar de esta etapa de la vida, cuando sólo llegar a ella debiera ser un motivo de alegría?

Supongo que algunos pensarán que dejan aquí a sus seres más queridos por que están muy unidos a la familia, otros sin embargo tienen otra filosofía de la vida y lo ven natural. Creo de todos los modos que es algo q habrá q vivirlo para saberlo, también creo q la forma de pensar en estos temas depende mucho de la edad, de las creencias y del estado de salud tanto física como mentalmente

3. ¿Cuándo se entra ahora en la vejez?

Decir cuando uno es mayor es complicado pues cada persona es un mundo lo que sí está claro es q cada vez las personas se conservan más y mejor tal vez por la alimentación, el modo de vida y por supuesto la ciencia que avanza a pasos agigantados, todo esto hace que la expectativa de vida cada vez sea mayor, con una mayor calidad de la misma por lo tanto diría q no existe una edad concreta

4. Hay que tener un corazón fuerte o es más bien vocacional para trabajar con personas mayores y/o dependientes

Primero vocación y luego tener un corazón fuerte pues se crean lazos sentimentales muy fuertes, hay q tener encuentra que con algunos pasamos muchas horas conviviendo casi las veinticuatro horas del día y el roce hace el cariño; al final les ves como a tu propio padre o madre, aun que tratas de no involucrarte mucho casi nunca lo consigues

5. Háblanos del Centro y de los aspectos que destacaría. ¿Cuáles fueron los inicios Y cuáles las señas de identidad de su Centro y/o servicio?

Comenzamos nuestras andaduras en el sector en el año 2000 mi mujer y yo con una residencia pequeña familiar muy acogedora "SAN ANTONIO" de quince plazas y un trato muy directo en el 2009 abrimos otra "VIRGEN DEL OLMO" del mismo estilo y con las mismas prestaciones con veinticuatro plazas a unos treinta kilómetros de la primera. Hace aproximadamente un año inauguramos la residencia "PIEDRAS BLANCAS" en el mismo pueblo que la primera en Carbajal de la legua a cinco kilómetros de León de la cual estamos especialmente orgullosos en cuanto a su aspecto arquitectónico y ubicación. Esta cuenta con cuarenta y nueve plazas todas ellas ubicadas en planta baja con un hermoso jardín y sin ningún tipo de barrera arquitectónica para hacer más fácil la deambulación de los mayores. Contamos con un gran equipo humano que consta de quince auxiliares experimentados y un equipo técnico formado por un doctor, un ats, un fisioterapeuta y un terapeuta ocupacional, cocineras, mantenimiento, peluquería podología, y dirección. "PIEDRAS BLANCAS" es el fruto de una trayectoria llena de ilusión vocación y buen hacer por las personas mayores

6. La figura de los cuidadores de las personas mayores es cada vez más importante. ¿Cuáles debieran ser sus características?

*Como he dicho anteriormente **respeto y vocación en este orden***

7. ¿Cuándo un cuidador debiera plantearse la necesidad de pedir ayuda?

En cuanto tenga la mínima duda de que la integridad física del abuelo corre peligro, por eso en nuestras residencias siempre van acompañadas de dos en dos y si fuera necesario más de dos, las ayudas técnicas también son muy importantes en estos casos

8. Y, ¿cuándo hay que plantearse acudir a una residencia?

Nosotros siempre decimos que no hay que esperar a no valerse, es verdad que como en casa no se está en ningún sitio pero eso es muy relativo, depende de cada caso, lo que sí es cierto es que quien más disfruta de las residencias, quien más provecho sacan de ellas son los que están bien, pues tienen toda la libertad para entrar y salir cuando quieran sin tener que preocuparse de los quehaceres y obligaciones diarias que se presentan en una casa

9. ¿Qué patologías son más susceptibles de mejora en una Residencia?

Podríamos mencionar varias, entre ellas la demencia, la malnutrición que en algunos casos presentan por falta de una dieta adecuada y equilibrada sobre todo los más mayores. Problemas como el Alzheimer que con un buen tratamiento, ejercicios realizados con la terapeuta a nivel cognitivo y cogiéndolo a tiempo se puede ralentizar el proceso. Cualquier patología con un buen seguimiento y un tratamiento adecuado, hecho que en sus domicilios no es posible, es susceptible de mejora

10. Algo que preocupa sobre manera es alto consumo de fármacos en estos años. ¿Hasta qué punto debemos preocuparnos?

En ocasiones nos encontramos con personas a la hora del ingreso en la residencia con unas pautas que no se ajustan a las necesidades del momento que están viviendo, medicamentos que llevan mucho tiempo tomando y que posiblemente ya no les están haciendo efecto, por lo tanto hay que hacer un reconocimiento de su estado de salud por parte del médico de la residencia e intentar ajustar toda esa medicación lo mejor posible para que se tome

solamente lo indispensable. A veces el exceso de medicación perjudica más q beneficia.

11. **¿Se sigue notando ciertas reticencias, recelos a la hora de ingresar a un familiar? ¿ha cambiado la mentalidad en las últimas generaciones con el concepto de asilo y el sentimiento a veces de culpabilidad por “abandonar” a el familiar**

Todavía existe cierto recelo a la hora de ingresar a un familiar en un centro residencial, tanto por parte del familiar como por parte del futuro residente, aunque también es verdad que hay una gran mayoría por parte de las familia que ya están concienciadas en estos temas. Con respecto a los mayores, aún siguen pensando que donde van a ir es un lugar lúgubre, un asilo de los de su época, pero cuando entran en el centro y ven como están construidas hoy día las residencias se sorprenden y les gusta. En cuanto al sentimiento de culpabilidad por parte de las familias es algo inevitable, de todos los modos ese sentimiento se les va quitando a medida que pasan los días y ven que su familiar está bien está contento y feliz

12. **Desde el punto de vista de la persona mayor, ¿el concepto de “asilo” ha cambiado?, ¿en qué medida?**

Como decía anteriormente el concepto de asilo en las personas mayores aun sigue en sus mentes, pero este concepto o esta idea se despeja nada mas entrar en el centro, donde existe un protocolo de acogida un recibimiento cordial y amable por parte de las auxiliares y todo el personal de la residencia.

13. **Está claro que la adaptación al centro es laboriosa, ¿tenéis alguna estrategia o un programa especial de acogida? ¿Qué papel juega la familia en este proceso?**

La adaptación es laboriosa y delicada pues cada persona es un mundo, depende mucho del carácter de cada uno, de su estado de salud, de su estado de ánimo, de si viene por su propia decisión o viene obligado por las circunstancias, etc. Hay que tener cierta psicología para que todo sea lo menos traumático posible, intentar que la relación con los demás residentes y el personal sea cordial. Por nuestra parte intentamos tenerles siempre entretenidos con

juegos de mesa, actuaciones teatrales, grupos musicales los fines de semana, grupos de baile y fiestas temáticas

- 14. ¿Qué suele preguntar el familiar cuando llama y/o viene a visitar el Centro para el ingreso a su familiar?**

Lo primero en lo q se interesa es en el personal de trabajo, cuántas auxiliares, cuánto tiempo viene el médico, el Ats, si hay terapeuta ocupacional , si hay fisioterapeuta, si la comida se hace en el centro y luego se les enseña las instalaciones donde al jardín le dan gran importancia; también valoran mucho que el centro no tenga ningún tipo de barrera arquitectónica con el fin de que la deambulación sea lo mas segura posible y seguidamente las condiciones del régimen interno y los precios

- 15. A la hora de buscar un centro, ¿qué consejos le darías a las familias que están buscando? ¿qué aspectos deben tener en cuenta a la hora de elegir?**

Muy importante es la ratio de personal de atención directa y los servicios técnicos de salud, que no sea un centro masificado, su estructura, la higiene, el trato amable, las horas de visita, habría muchos aspectos en este sentido pues el fin es muy importante y delicado

- 16. Explica brevemente, ¿qué les dirías a las familias para que traigan a su familiar a este Centro?**

Que piensen que están dejando a su ser querido en manos de profesionales, que pueden participar del centro junto con sus familiares siempre que quieran, mediante visitas en el centro o sacándolos a pasear e incluso llevándoles a casa a comer en días puntuales. El centro va a poner todo su empeño en hacerles la vida más fácil y llevadera que nuestro bienestar es su bienestar y que esto es una familia.

17. ¿Qué recomendaciones daría usted a un joven y a un adulto para un envejecimiento sano?

Bueno hábitos de salud tanto físicos como mentales .Cuando uno es joven la salud queda un poco en segundo plano y aquí nos damos cuenta de quien miró por su salud y quien no lo hizo, la calidad de vida no solo hay q buscarla para el presente sino también de cara al futuro; el ejercicio, la alimentación, el descanso son buenos aliados para llegar a un envejecimiento con cierta calidad de vida.